

Gesundes Wohnen und entspanntes Schlafen bedeuten Lebensqualität. Schlafstörungen sind jedoch weit verbreitet. Dagegen lässt sich etwas tun, meint Baubiologe Guido Huwiler. Oft sind elektromagnetische Felder im Spiel, wie ein Fall in Affoltern zeigt. casa nostra begleitete den Fachmann.



## «Wir setzen dort an, wo die meisten Ärzte aufhören»

Alltag für Guido Huwiler: Das Ehepaar Gambarara in Affoltern am Albis hat dringend um einen Rat des Baubiologen gebeten. Grund: Frau Gambarara klagt seit einigen Monaten über Schlafstörungen und Muskelverspannungen. Ärztliche Konsultationen und Medikamente hatten keine Besserung gebracht. Die Familie war ratlos, zumal niemand sonst in der vierköpfigen Familie etwas verspürte. Die Gambararas hatten vor einem Jahr das 80-jährige Haus gekauft und sanft renoviert. Sollte am Ende mit dem Haus etwas sein, stimmt mit dem Wohnklima etwas nicht, sind Wohngifte oder E-Smog im Spiel? Huwilers erste Einschätzung deutete darauf hin, dass Frau Gambarara zu den Personen gehört, die elektrosensitiv sind, also auf elektromagnetische Felder ansprechen.

### Umfeld abklären

Der eidgenössisch diplomierte Baubiologe Huwiler, Mitglied des SIB, lud «casa nostra» zum Ortstermin nach Affoltern ins Haus der Familie Gambarara ein. Bereits vor Betreten des Hauses verschafft sich Huwiler

einen Eindruck über die Umgebung: Sind Eisenbahnfahrleitungen, Mobilfunkantennen, Verkehrsstrassen oder chemische Betriebe in der Nähe? «Das Umfeld interessiert die Schulmedizin gewöhnlich gar nicht.» Dann befragt Huwiler die Betroffene nach ihren Lebensgewohnheiten wie Gebrechen oder Ernährungsweise.

Erst jetzt beginnt er mit der konkreten Suche nach den Quellen für Frau Gambararas Unwohlsein. Dazu packt er ein beeindruckendes Instrumentarium mit Messgeräten, Apparaten und Sonden aus. Das Haus wird zum physikalischen Messlabor. Zuerst bestimmt er die Zahl negativ geladener Ionen in der Raumluft; viele Ionen sind ein gutes Zeichen, wenig Ionen deuten auf ein ungesundes Klima beziehungsweise viel Kunststoffe und Synthetisches hin. Mit dem Ergebnis von 400 Ionen pro Kubikzentimeter ist Huwiler einigermaßen zufrieden. «500 wären optimal.» Im oberen Stockwerk mit den Schlafzimmern ortet der Baubiologe im Gang eine Neonleuchte mit Trafo. Gesund kann man das nicht nennen, denn sie erzeugt elektromagnetische

Wechselfelder. Er weist bei dieser Gelegenheit darauf hin, dass Energiesparlampen und gewisse Leuchtstoffröhren als Sender wirken.

### Schlafzimmer muss elektrosmogfrei sein

Und dann also das Schlafzimmer. Der Mensch verbringt hier einen Drittel seines Lebens; im Schlaf erholen sich Körper und Psyche. Daher muss der Raum möglichst störungsfrei sein. «Entspannung ist hier angesagt, nicht Verspannung.» Und hier wird der Experte denn auch «fündig»: Mit dem AC-BioController, einem speziellen Gerät zur Messung elektrischer Ankopplungsspannung, misst Huwiler eine elektrische Spannung (Ankopplung) von 5 Volt am Körper von Frau Gambarara.

Nach dem Entfernen von Verlängerungskabel und elektrischer Geräte wie dem Radiowecker und dem Stilllegen aller Leitungen fällt die Spannung auf 1 Volt. Doch das dicke Ende kommt erst noch: Huwilers Spezialantenne schlägt am Kopfkissen wild aus; sie zeigt das Hundertfache (400 Mikrowatt pro



Quadratmeter) der aus baubiologischer Sicht zuträglichen Feldstärke an. Grund: Hinter der Wand befindet sich ein drahtloses DECT-Telefon. «Wir könnten auch gleich eine kleine Mobilfunkantenne ins Haus stellen!», witzelt der Baubiologe. Schnurtelefon oder ein drahtloses des Typs CT1+ schaffen hier Abhilfe, rät Huwiler. Zur Reduktion der elektrischen Wechselfelder empfiehlt er dem Paar den Einbau eines Netzfreeschalters oder eine Vielfachsteckerliste mit Wippschaltern; dadurch werden die Geräte stromfrei gemacht. Ein feines Spezialnetz unter der Matratze würde gegen den E-Smog der Stromkabel im Schlafzimmerboden, die über andere Stromkreise laufen, abschirmen. Das Einrichten des Netzes muss vom Fachmann erfolgen, da nur er mit seinen Geräten auch die Nachkontrolle vornehmen kann. Im schlimmsten Fall, warnt der Fachmann, bewirke der Laie das Gegenteil.

## Baubiologen zuziehen

Der Rundgang durchs Haus rundet Huwiler mit einer chemischen Luftanalyse ab. Er untersucht die Luft auf mögliche Schadstoffe, vor allem auf Pestizide aus Holzschutzmitteln, Teppichen oder Farbstoffen, aber auch auf Pilzsporen. «Bauherren sollten bei Umbauten oder Hauskauf/-bau (Grundstückwahl) immer den Baubiologen hinzuziehen.» So sei garantiert, dass das Erdungskonzept des Hauses stimmt, die Belastung durch elektrische und magnetische Felder möglichst gering ist und die Baumaterialien die Gesundheit der Bewohner nicht schädigen. Wohngifte, Allergene oder E-Smog können sich im gleichen Haus zu einem gefährlichen Mix summieren. «Viele belastende Faktoren bringen das Fass zum Überlaufen und beeinträchtigen die Gesundheit der Bewohner», stellt Huwiler fest. Er ist überzeugt, dass ein beachtlicher Teil der Kran-

kenkassenkosten durch ungesundes Wohnen verursacht wird.

Am Schluss seiner Untersuchungen wird er den Gambararas ein 5- bis 7-seitiges Messprotokoll mit Empfehlungen aushändigen. Kostenmässig wird er bei einem Stundenansatz von 120 Franken Folgendes in Kosten stellen: Grunduntersuch (1 Stunde) des Wohnumfeldes, zirka 3 Stunden Hausuntersuchung, Erstellen der Messprotokolle (1.5 Stunden), Wegentschädigung und Mehrwertsteuer. Also rund 700 Franken. Es besteht auch die Möglichkeit eines verkürzten Protokolls mit Preisreduktion. ■

[info@wohngesundheit.ch](mailto:info@wohngesundheit.ch)

[www.wohngesundheit.ch](http://www.wohngesundheit.ch)

Text und Bild: Stefan Hartmann

## Inserate

### BauBioAnalysen

Baubiologische Messungen, Analysen und Beratungen

#### Ihre Gesundheit ist uns wichtig!

Wir messen und analysieren:

- Elektromog
- Chemische Faktoren
- Standorteinflüsse
- Pilzsporen

**BauBioAnalysen GmbH**  
Guido Huwiler  
eidg. dipl. Baubiologe/  
Bauökologe  
dipl. Therapieberater SVGT

Fon 01 767 11 61  
Fax 01 767 11 79  
Rütelistrasse 6  
8933 Maschwanden  
[info@wohngesundheit.ch](mailto:info@wohngesundheit.ch)